www.trome.pe · facebook.com/tromepe · @tromepe
Trome
AÑO 24 | Nº 8578
MIÉRCOLES 16 DE ABRIL DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/ 1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20



OLLANTA PRESO Y NADINE SE ESCAPA

FUERON CONDENADOS A 15 AÑOS DE PRISIÓN POR RECIBIR DINERO ILÍCITO DE VENEZUELA Y ODEBRECHT



HUMALA FUE LLEVADO ANOCHE A PENAL DE BARBADILLO Y BRASIL DARÁ ASILO A SU ESPOSA

Páginas 8 y 9

EN ARENAL DE VENTANILLA

'CRISTO NEGRO' CARGARÁ CRUZ DE 120 KILOS

PÁGINA 7

TÉCNICO SE GANÓ A LOS JUGADORES DE ALIANZA



'PIPO' ENGRÍE A 'GRONES'

PÁGINA 12

JEFFERSON NIEGA A MAMÁ DE SU HIJA



'NUNCA TUVE UNA RELACIÓN CON DARINKA'



PÁGINA 15

ENCUESTA

SÍ 47%
NO 53%

AYER
¿Cree que prohibir que vayan dos personas en moto reducirá los crímenes?

HOY
¿Cree que es justa la sentencia de 15 años de prisión para Ollanta Humala y Nadine Heredia?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"[La sentencia contra Ollanta Humala y Nadine Heredia] es altamente discutible. En esa época el delito de lavado de activos no contemplaba la financiación de partidos políticos. Y una financiación irregular era una falta administrativa, sin sanción".

ENRIQUE GHERSI (ABOGADO)





"Muestro un manuscrito de Yaziré Pinedo, en el que se demuestra la extorsión de la que soy víctima. En enero de 2024, esta persona me hizo llegar una nota en la que me solicita el pago de 850 mil soles".

ALBERTO OTÁROLA (EXPREMIER)

DÓLAR

3.73 COMPRA
3.75 VENTA

EURO

4.19 COMPRA
4.23 VENTA

CLIMA

MÁXIMA 24°
MÍNIMA 18°

trome

Editor General: José Castillo Altez

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21. Teléfono: 311-6500.

Fax: 311-6353. Página web: www.trome.com E-mail: trome@trome.com Publicidad: 708-9999.

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N° 530, Pueblo Libre, Lima 21.

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2001-1992

Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

LA SEÑO MARÍA



CUIDADO CON CRUZAR LA LÍNEA

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por una jalea de corvina, yuquita frita y salsa criolla. Para tomar pidió una jarrita de jugo de piña. **"María, conmoción causó la sentencia a quince años de prisión al expresidente Ollanta Humala y su esposa Nadine Heredia.** Fue por delito de lavado de activos por recibir aportes ilegales de la constructora brasileña Odebrecht y del gobierno de Venezuela para sus campañas de 2006 y 2011. En estos momentos, el exmandatario nacionalista duerme en una celda, pero la madre de sus hijos logró ingresar a la embajada de Brasil para no purgar prisión. Llama la atención que todos nuestros ex jefes de Estado de los últimos 36 años están en la cárcel o son procesados por corrupción. Alberto Fujimori murió tras ser indultado, Alan García se suicidó antes de ser detenido, Alejandro Toledo fue sentenciado a veinte años por los delitos de colusión y lavado de activos, Martín Vizcarra enfrenta juicios por su gestión en la región Moquegua, Pedro Pablo Kuczynski es investigado con detención domiciliaria y Pedro Castillo asiste a su juicio oral preso en el penal de Barbadillo.
¿Es difícil caminar derecho? Así se preguntó alguna vez Nadine Heredia para criticar las acciones del exvicepresidente Omar Chehade. Ahora la misma pregunta se vuelve en su contra, con la diferencia que ella sí ha sido condenada con pruebas. Yo agregaría diciendo: ¿La plata fácil nos hace cruzar la línea? ¿Qué pasa por la cabeza de los gobernantes para malograrse la vida por dinero? Lo que pasa con Ollanta y Nadine, 'unos aventureros' a decir del padre del nacionalista, don Isaac Humala, debe hacernos reflexionar. No se puede usar la política y los cargos para enriquecimiento personal. **La administración pública debe ser un servicio, un honor. Los que acceden a puestos de gobierno deben hacerlo por vocación, para servir a los demás, no para servirse ellos mismos.** Muy bien que los pillos sean condenados, pero no hay que olvidar que hay muchos más que silban bajito, pero en algún momento les caerá la justicia. Hablamos de congresistas y gente del Gobierno". Me voy, cuídense.

KARRY

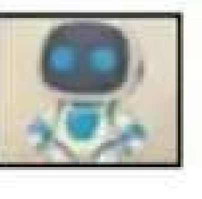


LOS 'TUITS' DEL DÍA



@JORGECC25
JORGE C

Así como vamos ya son CUATRO LOS EXPRESIDENTES PRESOS POR CORRUPCIÓN. Qué tal imagen internacional que damos.



@GODDEMON_MASTER
GOD DEMUN

NO. [El regreso de Jorge Fossati a la 'U'] sería una involución para Universitario, porque con Bustos mejoró lo que había hecho Fossati.

HABLAN LOS TROMES

Más ambulantes

Desde hace unos meses ha aumentado la cantidad de vendedores ambulantes en los buses y también cantantes. Hay padres de familia, estudiantes universitarios, extranjeros y hasta niños. Es una señal de que la economía aún no se recupera del todo. Falta trabajo o los que hay pagan poco y explotan a la gente. No todo es fomentar los negocios, las empresas, sino también defender al trabajador.

Rodolfo Andrade Heredia
Vecino de San Martín de Porres

Es un signo de informalidad también. El sistema parece empujar a miles de trabajadores a las calles o al comercio ambulatorio. Como dice el lector, no todo son las cifras macroeconómicas. Hay que analizar los casos de las personas.

Clima peligroso

El clima está muy cambiante. Puede haber calor en las mañanas, pero en las tardes y noches empiezan los vientos fríos. Hay que cuidarse de los males bronquiales, no beber refrescos helados y abrigarse al salir de casa. Los hospitales y clínicas están abarrotados de enfermos por este tema. En especial hay que proteger a los ancianos y niños. Usen medias y en las noches cerrar las ventanas.

Rafael Guzmán Eyal
Vecino de Chorrillos

Si sale a la calle y se va a demorar, lleve un abrigo por si acaso. Evitar las bebidas muy frías y consumir alimentos con mucha vitamina C, que previene los resfríos. Si ya le dio gripe, salga a la calle con mascarilla para no contagiar a los demás.

EMERGENCIAS

Bomberos	116
Emergencias	105
Defensa Civil	115
EsSalud	4118000
Águilas Negras	3623277
Escuadrón Verde	4276904
Luz del Sur	6175000
Sedapal	3178000
Indecopi	2247777
Pluz Energía	5171717

DEJAN MENSAJE AMENAZANTE

Llanero asesinado en guerra de bandas



En una guerra entre una mafia nacional con otra extranjera, un joven venezolano fue asesinado de varios tiros cuando estaba con compatriotas, en Carabayllo.

Poco después de las 11 de la noche, un pistolero bajó de una moto lineal y disparó a los extranjeros, en su mayoría trabajadores del servicio delivery, que estaban en el frontis de una vivienda, en la cuadra uno del jirón Uchura, urbanización Tungasuca.

Rubén Darío Castillo Gonzales (21) falleció tras recibir un balazo en la cabeza.

El gatillero, antes de huir, dejó un extenso mensaje escrito cerca del cadáver. "A todos los venezolanos que se meten en mis cosas, les digo que los iré matando uno por uno, y los justos pagarán por los pecadores...", empieza la nota que firma el apodado 'Timoti', quien también amenaza de muerte a los que alquilen casas a venezolanos. (E. Cirilo)

EN PORSCHE

Fallece policía baleado



SUBOFICIAL ÁNGEL BELLEZA

El policía Ángel Gilmar Belleza Zapata falleció tres días después de que delincuentes le dispararon en la cabeza cuando estaba al volante de un lujoso auto Porsche, en Miraflores.

El ataque ocurrió la noche del viernes, en la cuadra cinco de la avenida General José Toribio Polo.

El auto que manejaba el suboficial de la Policía, quien laboraba en Seguridad del Estado-Protección de Dignatarios, fue interceptado por una camioneta negra de donde sus ocupantes dispararon al agente policial. (E. Cirilo)



DIRIGENTE

Matan a colectivero

De dos disparos en la cabeza y tres en el pecho, un dirigente de una asociación de colectiveros fue asesinado, en la puerta de su casa, en San Juan de Lurigancho. En la madrugada, un pistolero, que estaba con un cómplice, acribilló a Juan Carlos Huamán Contreras (47) luego de que bajó de su vehículo, en el asentamiento humano 2 de Enero. Era directivo de los colectivos llamados La Rojita, que cubren la ruta estación San Martín de la Línea 1. (E. Cirilo)

POLICÍAS FUERTEMENTE ARMADOS INGRESARON A CASA DONDE TOMABAN CERVEZA Y TENÍAN ARMA



EL AGUSTINO

TUMBAN PUERTA DE BÚNKER Y CHAPAN A 9

¡Alto, Policía!, ¡al suelo, car...!', gritaron los policías después de que con un fuerte golpe con una barra de metal abrieron una puerta y detuvieron a nueve presuntos integrantes de una banda criminal cuando tomaban cerveza en su búnker, en la parte alta de un cerro, en El Agustino.

Comandos SUAT y detectives Antirrobos de la Dirincri, fusiles, pistolas y escudos en mano, irrumpieron en una casa, en el estrecho pasaje 28 de Julio, en el asentamiento humano Santa Isabel.

Los agentes redujeron a seis hombres, entre ellos un menor de 15 años de edad, y a tres féminas.

Uno de los sujetos intentó huir por el techo de la vivienda. Fue arrestado Luis Donato Ramos Vilca (61), dueño de la casa, y hallaron una pistola en su ropero. Dijo que el arma de fuego se la dejaron en prenda por un préstamo de dinero.

También cayó Carlos Ayrton Morales (27), quien aparece en videos y fotos difundidas en redes sociales mostrando una pistola y haciendo disparos en un velorio. Sería una de las armas incautadas.

Además, fueron atrapados Wilfredo Barrón Condori (32), Javier Palua Casas (36), José Luis Estela Huamaní (26), Claudia Isasi Barrial (52), Fiorella Liseth Dancurt Barrantes (35), Silvia Toribio Parravicini (27) y un adolescente.

Los investigan por cobro de cupos a comerciantes y mototaxistas

COORDINACIONES

El coronel PNP Juan Montufar Lezama, jefe de la División Antirrobos, manifestó que los detenidos habrían estado coordinando futuras acciones criminales, como robos. Además, estarían inmersos en el cobro de cupos. (E. Cirilo)

CON ARMA

'Las Fieras' atrapadas





Cuando estaban reunidos en un departamento, en Comas, integrantes de una banda criminal fueron detenidos y se les halló 20 celulares, la mayoría robados, y 73 chips que la Policía sospecha usaban para extorsionar.

José Efraín Huanca Balarezo (37) y los venezolanos Cleiber Alejandro Guerra Gainza (19), Vilma del Carmen Gonzales Álvarez (44) y Yusneydi Noemí Mendoza Escalona (33), de 'Las Fieras del Cono Norte', cayeron en el condominio Torres Vista Sol, en la cuadra 9 de la avenida Micaela Bastidas.

También se les incautó una pistola, tres cacerinas, 22 balas y otros. Detectives Antirrobos de la Dirincri los investigan. (E. Cirilo)



En esta Semana Santa

EMBARQUE SEGURO

VIAJE mejor



Más de 250 destinos al Norte, Centro y Sur del Perú

HORARIO DE ATENCIÓN

BOLETERÍAS: DE LUNES A DOMINGO
DE 6:00 A.M. A 00:00 A.M.
EMBARQUES Y
DESEMBARQUES: 24 HORAS

INFORMES:

945 018 248
985 330 016
terminalterrestrepla@wong.net.pe









Síganos en:

www.granterminalterrestre.com



GRAN TERMINAL TERRESTRE
Plaza Norte

Panamericana Norte - Tomás Valle - Túpac Amaru, Lima

EL CAPIBILLETÓN DE trome

1 PREMIO DE 15,000 SOLES 1 PREMIO DE 5,000 SOLES 15 PREMIOS DE 1,000 SOLES
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 1,800 PREMIOS DE 50 SOLES

COBRA FÁCIL

Los ganadores en Lima de 50 y 100 soles deben acercarse a su canillita más cercano, para validar su cartilla. Luego, recibirán una citación para acudir a una agencia a cobrar su dinero.

Para premios de 1000 soles o más, deben ir al jirón Paracas 530, Pueblo Libre, los martes y jueves.

PARTICIPA

¡LLÉVATE 15 MIL SOLES CALIENTITOS!



Las promociones del 'diario papá' no se detienen ni en los feriados. Por eso, todos los días seguiremos publicando los cupones de El Capibilletón, que regala más de 200 mil soles. ¡Hay premiazos en efectivo de hasta 15 mil y 5 mil soles!

Tenemos más de 2800 premios y uno puede ser tuyo.

LUNES NUEVAS CARTILLAS

Y el lunes, con tu Trome, te daremos gratis una nueva cartilla del bingo. Como estas son diferentes, mientras más tengas, mayores serán tus oportunidades de ganar.

LLENA UNA COLUMNA

→ **Todos los lunes,** durante la promoción, recibe una cartilla gratis por la compra de Trome.

→ **Como las cartillas** son diferentes, mientras más tengas mayores serán tus chances de ganar.

→ **Los cupones** salen publicados todos los días. De lunes a viernes son seis. Los sábados y domingos son ocho.

→ **Para ganar,** debes completar con los cupones una columna de cinco espacios de una de las letras de BINGO.

→ **Si llenas los cinco casilleros** de la B, te llevas 15 mil soles.

→ **Si haces lo mismo con la I** serán tuyos 5 mil soles.

→ **Igual** será con las letras N, G y O.

JUNTA LOS CUPONES QUE PUBLICAMOS A DIARIO Y LLENA TUS BOLSILLOS

CLASIFICADOS
ENCUENTRA ESO QUE BUSCAS Y MÁS

el talán

inmuebles | vehículos | empleos | educación | oportunidades



Casas
104 | Venta

REMATO

LA VICTORIA 3dorm. |2casas, 2pisos $39,500-c/una asi-ocupadas como están las-Remato, excelente ubicación. Jr.Renovacion 504-506 C.926325295 C.942163938



Oficios
304 | Pedidos

BUSCO

AYUDANTE CIVIL, REPARACIÓN DE VEREDA EJECUCIÓN DE ZANJA (LUZ DEL SUR) PLANILLA Y BENEFICIOS 933704066

COCINERO(A) y.Lavador d/servicios Av.Ariosto Matellini 677, referencia Comercial Bitel C.942592511

TEJEDOR(A) P/TEJIDO PLANO, REQUIERE EMPRESA TEXTIL Z/PUENTE PIEDRA C.93360-4831 C.97735-1306

✖'KALIMBA' RECORRERÁ ARENALES EN JUEVES SANTO Y RECIBE AZOTES REALES

SEPA QUE...

- **'Kalimba' es actor y bailarín.** Actúa desde los 9 años, ha trabajado en series y también con Timoteo.
- **En el 2010 asumió** como director de la agrupación Aplausos (teatro y danza).
- **El 27 de abril harán 'Jesucristo Superstar'** con voz en vivo en el colegio Manuel Seoane Corrales-Mi Perú.



*EN VENTANILLA

'CRISTO NEGRO' CARGARÁ CRUZ DE 120 KILOS

POR: ISABEL MEDINA

Con una pesada cruz de madera capirona de 120 kilos sobre sus hombros, Luis 'Kalimba' Crisosto, el 'Cristo negro', recorrerá mañana, Jueves Santo, las calles y arenales del distrito de Mi Perú. Escenificará momentos de la vida de Jesús hasta su crucifixión, por Semana Santa.

"Llevo trece años interpretando a Jesús en el Vía Crucis con la agrupación Aplausos. Empecé representando a un leproso a los 13 años y a los 15 años interpreté a Judas", contó 'Kalimba'.

Hoy, con 31 años, tiene tendinitis en hombros y discos de la columna desgastados. "El año pasado me disloqué un hombro, acabé con hematomas por varios azotes reales. También cortes en los pies al caminar tramos descalzo, pero lo asumo como peregrinación", dijo a Trome.

Contó que llora y es grande el descargo emocional de "sentir un poco lo que vivió Jesús, y pedirle que ayude a nuestra sociedad".

✖**Lleva varios años interpretando el papel y llora de la emoción**

CERRO DE PIEDRA

Se prepara desde inicios de año y serán tres horas de recorrido con 60 actores, entre adultos y niños, y miembros del taller actoral municipal.

Cientos de personas se suman conmovidas y algunos intentan detener a los actores que personifican a los soldados.

Empezarán a las 3 de la tarde, con las parábolas de Jesús, escenas de milagros, el apedreamiento a María Magdalena y cómo expulsa a Legión (demonios).

"Con la cruz llegaré al cerro La Cruz del sector F. Allí será la crucifixión, colgado a cinco metros de altura en ese cerro que es de piedra".

*GRACIAS A EXITOSAS CIRUGÍAS

Mamita vuelve a caminar y reimplantan mano a obrero

Gracias a exitosas cirugías, una madre con fractura de columna vuelve a caminar y a un obrero le reimplantaron la mano ya casi perdida por accidente.

En el 2022, para escapar de un incendio y salvar a su hija, Vanessa Chunga (37) se lanzó de un cuarto piso, pero se fracturó la columna. Llegó al hospital Sabogal (EsSalud) sin movilidad en piernas. "La médula estaba comprimida por fragmentos óseos", dijo el neurocirujano Miguel Ángel Chura. Tras dos intervenciones y larga rehabilitación, ya camina.

Y en el hospital Sergio E. Bernales (Minsa), cirujanos traumatólogos y cardiovasculares lograron reimplantar la mano izquierda de Pedro Rojas (46), casi desprendida por máquina amoladora. La cirugía incluyó injerto de segmento de vena safena externa de una de sus piernas y tres clavos. Ya mueve los dedos y seguirá terapia para recuperación funcional. (I.M.)

*Y HAY UN HERIDO EN JESÚS MARÍA

Enorme grúa cae y mata a trabajador

Falleció un trabajador de seguridad de una obra de construcción, tras la caída de una parte de una pesada grúa, tipo pluma, en Jesús María.

El occiso fue identificado como Jhonny Nimrod Lazo Gonzales, trabajador de la empresa Security Protección Vigilancia, quien el pasado 9 de abril había cumplido 59 años.

VÍCTIMA

El trágico hecho ocurrió en una obra en la cuadra cuatro de la avenida Cuba.

El tránsito fue cerrado temporalmente en esta parte pues la grúa terminó en la vereda y en la zona de trabajo.

El obrero Richard Meneses Pillaca (48) terminó herido y fue llevado a una clínica. (E. Cirilo)

*MÁS SEGURO Y MODERNO

Lanzan nuevo DNI 3.0

El nuevo DNI electrónico 3.0, el más seguro y moderno de Latinoamérica, fue lanzado por el Registro Nacional de Identificación y Estado Civil (Reniec).



Cuenta con 64 elementos de seguridad en la tarjeta hecha 100% de policarbonato resistente al calor y a rayos ultravioleta, así como en el chip criptográfico. Es decir, cuatro veces más que el 2.0. Comenzará a entregarse en los próximos días en las oficinas del Reniec de todo el país y tendrá una vigencia de diez años.



Su costo es de 41 soles, igual que el actual 2.0, que sigue vigente.

*SÚPER LLAMADA

Sale platita cada día

Si quieres platita en tus bolsillos, participa en la Súper Llamada Ganadora, que regala dinero en efectivo los 365 días del año.

Solo tienes que ingresar a nuestra web (**trome.com**) o llamar al **710-0260** para inscribir tu 'número de la suerte'.

De lunes a sábado damos 200 soles, mientras que los domingos sorteamos el 'Reventón semanal'.

Los sorteos se realizan ante notario público.

PASA POR CAJA

Luis Arroyo (2088867, Cercado de Lima) ganó ayer los 200 soles.



EXPRESIDENTE Y SU ESPOSA FUERON CONDENADOS A **15 AÑOS DE PRISIÓN** POR LAVADO DE ACTIVOS

SACAN MALETAS DE LA CASA

ORDEN DE DETENCIÓN

EMBAJADA DE BRASIL DONDE SE ASILÓ NADINE

AL SENTENCIAR A LOS NACIONALISTAS

TRIBUNAL SOSPECHÓ DE PELIGRO DE FUGA

SANCIÓN EJEMPLAR

OLLANTA PRESO Y NADINE SE ASILA EN EMBAJADA DE BRASIL

Tribunal acreditó que recibieron aportes de dinero ilícito de Odebrecht y Venezuela para las campañas de 2006 y 2011

"Dentro de un debido proceso no hay intocables y la ley es para todos, inclusive para este presidente constitucional".
RAFAEL VELA BARBA (FISCAL)



El jurista Carlos Caro justificó que el tribunal que condenó a Ollanta Humala y Nadine Heredia haya aprobado la detención inmediata, pues había peligro de fuga o la posibilidad de que pidan asilo.
En tanto, el abogado Julio Rodríguez aseveró que era un riesgo esperar la etapa de apelación con ambos en libertad. "Los jueces han entendido que los riesgos eran muy altos", indicó.
Y la procuradora ad hoc Silvana Carrión señaló que el fallo es un resultado importante para el equipo Lava Jato para los futuros casos de financiamiento ilegal. Se ha condenado el uso de dinero ilícito, el ocultamiento y la clandestinidad del envío de activos, que es delito de lavado de activos.
De otro lado, el letrado James Rodríguez dijo que el gobierno de 'Lula' da Silva otorgaría asilo a Nadine y exigiría un salvoconducto para salga del país. Precisó que Lula fue investigado por el caso Odebrecht y esto podría facilitar la salida de la ex primera dama.

A quince años de prisión fueron condenados el expresidente Ollanta Humala Tasso y su esposa Nadine Heredia, por el delito de lavado de activos agravado, al recibir financiamiento ilícito de Venezuela y Brasil para las campañas del Partido Nacionalista en 2006 y 2011. Lo sorprendente es que mientras Humala fue detenido en la misma sala, la ex primera dama, que no acudió a la lectura de adelanto de sentencia, se asiló poco después en la embajada de Brasil, tras denunciar persecución política.
El Tercer Juzgado Penal Colegiado Nacional determinó que ambos simularon aportes para encubrir el ingreso de dinero de procedencia ilícita. En la campaña de 2006, se acreditó la existencia de un millón de soles no justificados, mientras que en la contienda electoral de 2011 se canalizaron tres millones de dólares de Odebrecht, la constructora brasileña vinculada a numerosos casos de corrupción en el Perú y América Latina.
El equipo del fiscal Germán Juárez Atoche presentó testimonios de exejecutivos de Odebrecht, pericias contables, análisis bancarios y otros elementos que reforzaron su acusación.
El juzgado, presidido por la jueza Nayko Coronado Salazar, aclaró que el fallo es en primera instancia y que el expresidente como su esposa y los demás coacusados apelaron la medida. Sin embargo, el tribunal aplicó la sentencia efectiva para evitar una fuga de los procesados.
Uno de ellos, Ilan Heredia, hermano de Nadine, tampoco ha sido ubicado y se cree que estaría fuera del país. A este se le impuso una pena de doce años de cárcel.
La Fiscalía sostuvo que parte del dinero también habría provenido del gobierno de Venezuela, durante la administración de Hugo Chávez, aunque el tribunal centró su fallo en los aportes vinculados a Odebrecht y los fondos no declarados.
A las 8 de la noche, Humala fue llevado, bajo fuerte protección policial, al penal de Barbadillo, donde está el expresidente Pedro Castillo. Su condena se extenderá hasta el 28 de julio de 2039. Se descontará los nueve meses que estuvo detenido junto a su esposa en 2019.
Los jueces también condenaron a Antonia Alarcón Cubas, Rocío del Carmen Calderón Vinatea y Eladio Mego Guevara a cinco años de prisión suspendida.

ENVÍAN AVIÓN

Mientras la Policía tocaba la puerta de la casa de los Humala-Heredia en Surco y nadie les abría, se vio a por lo menos dos personas sacar maletas. A las 5 de la tarde, el Ministerio de Relaciones Exteriores informó que la ex primera dama ingresó a la Embajada de Brasil en Miraflores, para solicitar asilo en ese país, amparándose en la Convención sobre Asilo Diplomático de 1954.
En horas de la noche, luego que Brasilia otorgó el asilo diplomático a Nadine y su hijo Samir Mallko, de 15 años, la Cancillería informó que el gobierno de Dina Boluarte había resuelto otorgarles el salvoconducto para que salgan del Perú. Brasil envió un avión a Lima para llevarla.



POLICÍA TOCÓ LA PUERTA DE SU CASA

"No me puedo alegrar por la sentencia, en algún momento fuimos amigos y ellos fueron mis clientes. Cuando llegaron al poder se convirtieron en un Bonny and Clyde de la política, usaron al partido para enriquecerse". **OMAR CHEHADE (EXVICEPRESIDENTE)**

"¡Atención! El abogado de Nadine Heredia, quien sugirió la estrategia de pedir asilo, también defiende a la señora Boluarte. Seguramente Dina, en su momento, querrá repetir la misma estrategia. ¿Asilo o fuga en camino?". **PATRICIA CHIRINOS (CONGRESISTA)**

DICE SÍ HUBO DELITOS

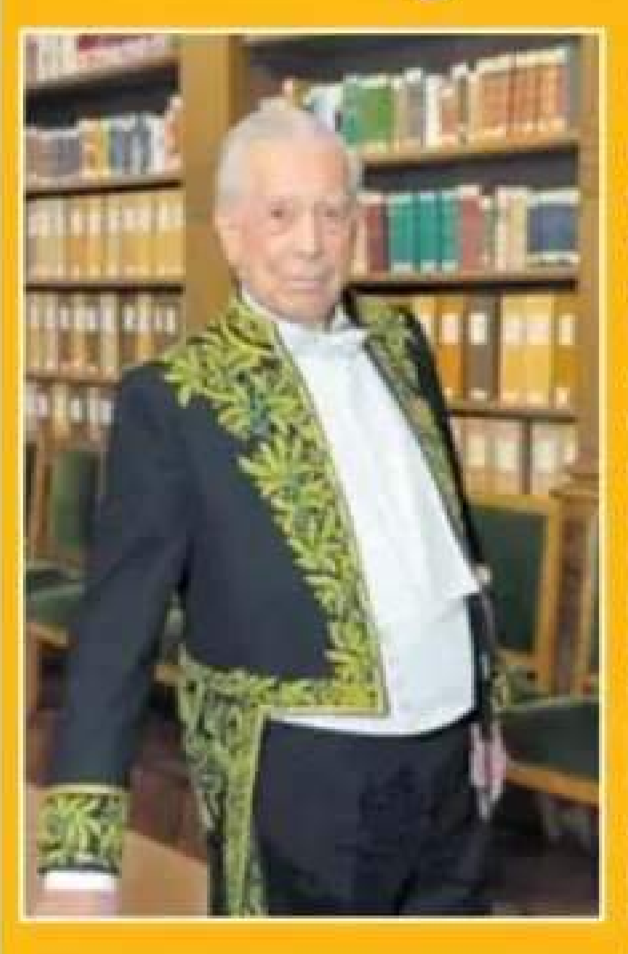
FISCAL RECHAZA PERSECUCIÓN POLÍTICA

El fiscal Germán Juárez Atoche, integrante del Equipo Especial Lava Jato, se mostró satisfecho con la sentencia para Ollanta Humala y Nadine Heredia, calificándola de histórica.
"El caso ha sido objetivo y no ha habido persecución política, hemos llevado al banquillo a políticos que han cometido delitos", precisó.
Agregó que se probó que empresas como Odebrecht llevaban contabilidades paralelas y eran dineros ilícitos, lo que es fundamental para lo que se viene, como el caso Cocteles, donde es investigada Keiko Fujimori, que también recibió dineros de la División de Operaciones Especiales de la constructora brasileña.
Juárez dijo no compartir la decisión del tribunal de imponer una multa de cien unidades impositivas tributarias (UIT) al Partido Nacionalista, pero indicó que acatarán.

FISCAL GERMÁN JUÁREZ ATOCHE

DE FORMA PÓSTUMA

España otorga Gran Cruz a Vargas Llosa



Los homenajes no cesan. Ayer, el Gobierno español otorgó la Gran Cruz de Alfonso X el Sabio de forma póstuma a Mario Vargas Llosa. La condecoración se otorga a los que hayan contribuido en grado extraordinario al desarrollo de la educación, la ciencia, la cultura, la docencia o la investigación.
La portavoz del Gobierno, Pilar Alegría, destacó la amplitud del legado del novelista: "Nos faltaría rueda de prensa para decir aquí los principales títulos de sus múltiples obras".
Y en México, la escritora Elena Poniatowska recordó que fue testigo del famoso puñetazo de Vargas Llosa a Gabriel García Márquez, el 12 de febrero de 1976. "Yo estaba al lado de Gabriel por casualidad. Sonriente, (Gabo) lo iba a saludar, pero Mario le dio un puñetazo. Quedó tirado en el suelo, Gabo dijo que no entendía. Todo el mundo se quedó muy sorprendido. Ignoro los motivos. Ni supe, ni quise averiguar, ni es mi papel", subrayó.



PROHIBICIÓN

Motociclistas protestan

Miembros de la Asociación de Motociclistas del Perú (Asmope) realizaron una Gran Marcha, desde el Campo de Marte, en Jesús María, para rechazar la norma que prohíbe a dos ir en una moto lineal. José Antonio Rossi, vicepresidente de Asmope, señaló que la idea que se planteó ante la Defensoría del Pueblo es aplicar una especie de salvoconducto para que movilicen a familiares o amistades en sus motocicletas.

POR SUS CIRUGÍAS

Piden suspender a Dina

Con doce votos a favor y uno en contra, la Comisión de Fiscalización recomendó suspender a Dina Boluarte de la Presidencia por omitir sus funciones para someterse a cirugías estéticas sin previo aviso. "Se determinó de manera objetiva que no informó al Congreso sobre la presunta incapacidad temporal. Esta omisión es relevante según la Constitución", indicó.

EMPRENDE trome

IG: @katty.gines
Twitter: @ktyGines
FOTOS: LENIN TADEO
POR: KATTY GINES

Hacer negocio en el Perú no es nada fácil, los retos son constantes y los emprendedores tienen que ingeniárselas para crear estrategias que les permitan mantenerse en un mercado tan competitivo. Y como si esto fuera poco, tienen que sacar fuerzas para estar de pie frente a las crisis sociales, políticas y económicas.

Hoy, 16 de abril, se celebra el Día del Emprendimiento y parte de la Comunidad de Emprende Trome se reunió para conocer a los nuevos integrantes de las recientes ediciones y celebrar esta fecha tan importante. Este ameno compartir se realizó en el local de Pancitos del Sur, donde su anfitrión, Luis Raygada, dio valiosos consejos financieros a la comunidad. Además, participaron marcas como Miloli Shoes, Samyel Coffee, Petit Style, Cora, Enrolados, Chapa Esa Flor, Galeanna, Ivonne Pastelería Artística, Ainhoa, Clan, Pancitos del Sur y Chocolates Linaje.

PANCITOS DEL SUR: LUIS RAYGADA



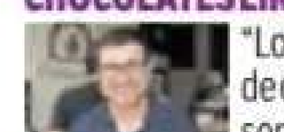
"Soy financiero con treinta años en el mundo corporativo. Y una de las cosas importantes que tiene que hacer cualquier emprendedor es ver las finanzas, ver la generación de cajas, cómo financiar el crecimiento, el capital de trabajo y el capital humano. Seguir soñando con tu proyecto, creer en él, para poder crear y crecer. Y lo más importante es ser felices en el camino. ¡Feliz día!".

MILAGROS OLIVARES: MILOLI SHOES



"En este día del emprendimiento, mi mensaje es que sigan adelante por sus sueños, que al final los únicos que podemos ponernos la vara somos nosotros mismos. Sigamos hacia adelante".

ROY RIMARACHÍN: CHOCOLATES LINAJE



"Los tiempos de dificultad son tiempos de aprendizaje y hay que aprovecharlos. No se desanimen, todo lo contrario".



✱LUCHADORES QUE HACEN PATRIA

FELIZ DÍA EMPRENDEDORES

✖Algunos de los integrantes de la Comunidad de Emprende Trome se reunieron en un ameno compartir en el que intercambiaron experiencias y consejos

✖"Sigue soñando con tu proyecto para crecer", enfatizó Luis Raygada, de Pancitos del Sur

IVONNE ÁLVAREZ: PASTELERÍA ARTÍSTICA



"Quiero decirle a cada uno de ustedes que cada paso que den sea con pasión y constancia. ¡Vamos, que sí se puede!".

LEEN GARCÍA: CLAN



"Cada uno de ustedes debe esforzarse, trabajar, perseverar y disfrutar de su chamba, para que puedan tener buenos frutos y logren sus objetivos. Que Dios los bendiga y disfruten de su día".

AARON SALAZAR: ENROLADOS



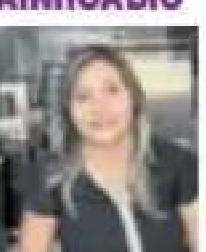
"Nunca bajen la guardia, siempre deben ponerle actitud, pues al final del camino siempre sale el sol para todos".

ETHEL HERNÁNDEZ: CHAPA ESA FLOR



"Nosotros los peruanos hemos demostrado que la adversidad la convertimos en oportunidades. Vamos, emprendedor, no decaigas. ¡Arriba Perú!".

CRISTINA CUADROS: AINHOA BIO



"A pesar de todos los obstáculos que pueda haber en el camino, nunca hay que perder esa entereza y fuerza que tenemos para seguir adelante".

LUIS GABRIEL PIÑA: SAMYEL COFFEE



"Si tus días son desmotivados, una buena taza de café te va a llenar de inspiración, y si es un café orgánico, mucho mejor. Un saludo para todos los emprendedores, muchas bendiciones".

ADRIANA VILLENA: PETIT STYLE PERÚ



"El mejor consejo que te puedo dar, a mis 25 años, es que seas resiliente, emprendedor, porque hay días difíciles, pero ahora la tecnología y los avances que tenemos te pueden respaldar. No te des por vencido, que cada paso que des haga que tú seas mucho más valiente cada día, y que tus sueños se puedan cumplir".



FABIÁN BUSTOS SE DESPIDIÓ ENTRE LÁGRIMAS DE LA 'U'

LLORANDO SE FUE

Esta vez hubo emociones y no reclamos. Fabián Bustos dio su primera entrevista como extécnico de la 'U' y el corazón se antepuso a la razón. "A todos los comentarios, negativos o no, les diría lo mismo. Gracias por todo el apoyo que me dieron a mí, a mi familia y por vivir momentos hermosos. Amo el club, nunca van a salir de mi corazón", declaró llorando el DT a L1 MAX.

"Me queda la sensación que hice un gran trabajo y me gustaría haber hecho mejores cosas a nivel internacional, colaborar con el fútbol peruano", aclaró Bustos, quien en Olimpia tendría un salario de alrededor de cien mil dólares mensuales, el triple de lo que recibía en la 'U'.

UN AMOR QUE NONO SE OLVIDA

Luego que dejó la 'U' por la selección, Jorge Fossati volvería a ponerse el buzo crema hasta 2026

Vuelve el cabello cano, el gesto al cielo y el saco apretado. Un año y cuatro meses después de haber dejado la 'U' para tomar la selección peruana, Jorge Fossati pegaría el regreso a Ate, tal como informaron desde Uruguay. El 'Nono' reemplazaría a Fabián Bustos, quien en su momento tomó su propio lugar. "Todo listo para el retorno del 'Flaco' Fossati al fútbol peruano, va a dirigir a Universitario. Está prácticamente arreglado, solo falta que viaje y firme. Se cierran los detalles en breve", dijo el periodista Sebas Giovanelli, del programa 'Mañana del fútbol'.

Se supo que el técnico de 72 años firmaría a más tardar el viernes y su contrato iría hasta diciembre de 2026. También habría algunos 'bonus' por ganar títulos cortos, como el Apertura o Clausura, por hacerse con el tricampeonato o por clasificar a octavos de Copa Libertadores o meterse en la Sudamericana.

La elección de Fossati contaría con el aval de los referentes del plantel crema, los mismos que salieron campeones en el 2023 bajo su mando y se adecuaron rápidamente al sistema 3-5-2 que impuso. La otra opción en la que pensó la administración crema fue Juan Reynoso, aunque había opiniones divididas tanto en el grupo de jugadores como en la plana directiva del club.

DATAZOS

MANUEL BARRETO Y PIERO ALVA dirigirán ante Binacional y Barcelona, por Copa Libertadores, así firme el nuevo técnico.

ALDO CORZO llegaría al encuentro contra los ecuatorianos del próximo martes.

FOSSATI EN LA 'U'
42 partidos
25 victorias
9 empates
8 derrotas



POR: EL BOMBARDERO

Del saque somos carnecita... **TODO SE SABE**, al final de la Javier Prado la mayoría no veía con buenos ojos el regreso del viejito renegón. Al notar eso, dos 'pesos pesados' que manejan el vestuario se pusieron de pie, hablaron con el 'pillo' y le dijeron que la vuelta del 'Nono' era lo mejor para seguir con el estilo de juego. No importó lo que piensan los demás. Saben que con el charrúa tienen garantizado el titularato, algo de lo que el técnico saliente ya no estaba muy convencido y cada vez que los cambiaba le ponían mala cara. Muchos se preguntan si esa fue una de las razones para aceptar en 'one' la oferta de un club paraguayo. Huuuuummm... **A PROPÓSITO**,hay un run run que la 'Muñeca' se arranca en cualquier momento, porque ya se cansó de que el 'pillo' siempre se equivoque en las contrataciones y al final le echan el pato a él. Dicen que el exdelantero quiere retomar su carrera de técnico y por eso aceptó ser el interino. Parece que ya se olvidó de que el año pasado tuvo que ver en la llegada de un atacante de Chipre y que no le hacía goles ni al arco iris. Noooooo... **EN LA VICKY LES ESTÁN** jugando feo a los chamacos que no quieren renovar con las condiciones que les ponen. Por eso al del 'biri biri' ya le dijeron que no los utilice y mejor ponga a otros juveniles que sí tienen contrato por varios años con el club. El más perjudicado es un chatito pericotero que marcó un golazo con la Sub-20 de Chemo y a mitad de año le dirán 'más pallares con tallarines'. Por eso estamos como estamos en todas las selecciones. Ayayayayyy... **ME CUENTAN QUE** una 'Torreja grandaza' que juega en el 'Ombligo del mundo' es uno de los que más festejó la salida del entrenador que les ganó el juicio a los victorianos. Después de perder con los huanuqueños se fue de rumba como si hubiera campeonado. Qué feo... **EL 'TROMPETISTA'** celebró caleta en su jato su primer triunfo en la Liga Two. El hombre quería liquidar como Dios manda en un local donde ponen buena música, pero le avisaron que el bravo del club tiene ojos por todos lados y lo mejor era hacerlo lejos de los sapos rabiosos. El hombre sabe que la calle está dura y se metió a su cuarto a escuchar su rica salsa, pero aseguran que bebió como si fuera un camello. Quéeeeeee... Me voy, soy fuga.

Gorosito se ha ganado al vestuario blanquiazul motivando, aconsejando y siendo paternalista con jugadores



EL PIPO DE LA GENTE

Melena de león, rugido de 'Tigre'. El buen momento que vive Alianza Lima tiene como protagonista al entrenador 'Pipo' Gorosito que, al estilo Ricardo Gareca en la selección peruana, guía y aconseja como un padre al plantel blanquiazul.

Se supo que el técnico motiva a cada jugador, en el acierto y el error siempre tiene un mensaje inspirador y aconseja a los más chicos o a quienes no tienen demasiados minutos en el campo de juego. Una muestra de ello se dio tras el final del encuentro ante Deportivo Garcilaso cuando saludó al volante Gonzalo Aguirre arengándolo: "Así te quiero ver jugar la c... de tu hermana". Además, Gorosito también encontró el apoyo de Paolo Guerrero y Hernán Barcos, quienes se reparten sin problema la titularidad en el ataque.

De otro lado, para el duelo ante Los Chankas, el 'Pipo' dispondría de un equipo suplente y ya hay bajas confirmadas, siendo la más seria la del lateral Guillermo Enrique. Carlos Zambrano, quien superó sus molestias, sería reservado para el vital cruce del martes contra Talleres por Copa Libertadores. El plan sería el mismo con Erick Noriega, Eryc Castillo y Miguel Trauco.

DATAZOS

'PIPO' GOROSITO solo firmó con Alianza hasta diciembre del 2025.

AUGUSTO MENÉNDEZ será el árbitro del duelo entre Alianza Lima y Los Chankas.

> **A Enrique le van con las dos piernas y tiene la infelicidad de doblarse el tobillo".**
> **Paolo Guerrero, delantero de Alianza**

ERUSTES RECIBIÓ 4 PUNTOS EN LA CEJA

UN GOLPE DE BURLA



Deportivo Garcilaso perdió tres puntos y su delantero Pablo Erustes ganó cuatro. El atacante disputó una pelota con Renzo Garcés, quien cayó y se quejó de un codazo, pero Erustes salió perjudicado y aprovechó para ironizar, tras los reclamos que hizo Paolo Guerrero hace unos días, señalando que los defensores ponían el codo en su cara para condicionar a los árbitros. "Pido disculpas por darle con mi cara al codo del rival y cortarme el rostro", escribió el jugador, que recibió una sutura de cuatro puntos en la ceja izquierda.



LATERAL GUILLER ENRIQUE ESTARÁ U DE BAJA

FUERA DE LÍNEA

Suerte de espaldas. Tr lesionarse anteriorme te el hombro y padecer dol musculares, Guillermo Enri verá a ser baja en Alianza L lateral argentino tiene un e ce de segundo grado en el izquierdo, producto de la d entrada por detrás del dela Deportivo Garcilaso, Adrián rriza, que el árbitro no sanc Enrique, quien tendrá el pie vilizado por más de una se y deberá desplazarse ayud por muletas, reaparecería e encuentro ante Libertad, e guay, por la Copa Libertado 27 de mayo.



GUARDA CON LOS PITOS

///COPA LIBERTADORES

Alianza vs. Talleres (22/4):
ANDRÉS ROJAS (Colomb
Barcelona vs. Universitario
CARLOS BENÍTEZ (Parag
Cristal vs. Cerro Porteño (2
ESTEBAN OSTOJICH (Uru
Bucaramanga vs. Fortaleza
KEVIN ORTEGA (Perú)

///COPA SUDAMERICANA

Melgar vs. Puerto Cabello (
JUAN ANDRADE (Ecuado
A. Grau vs. Luqueño (23/4
ULLOA (Colombia)
Iquique vs. Cienciano (24/
MAXIMILIANO RAMÍREZ
(Argentina)



MO
N MES



AUTUORIDAD Y LIDERAZGO

✖ DT brasileño volvería a Cristal por su afinidad con gerente rimense

Que Jorge Benavides saque del baúl su imitación de Paulo Autuori con el famoso "¡Apóyame, Claudio!". El brasileño pegaría la vuelta a Cristal, pese a que no dirige desde 2023. El estratega, de 68 años, gusta en La Florida por su manejo de camarines 'pesados' y además tiene buena relación con el actual gerente deportivo, Gustavo Zevallos.

Autuori estuvo en el 2002 en el equipo rimense, lo sacó campeón nacional y los hinchas también lo recuerdan por la gran 'purga' que hizo sacando a los referentes Miguel Miranda, Jorge Huamán, Jean Ferrari, Jorge Soto (hoy interino del primer equipo) y Manuel Marengo. Al parecer las negociaciones se llevan en silencio y a más tardar el fin de semana se tendría al sucesor de Guillermo Farré.

DATAZOS

✱**ROBERTO MOSQUERA** habría decidido por ahora no ponerse el buzo de Cristal.
✱**JORGE SOTO** reservaría a algunos titulares, el sábado, ante Alianza Atlético pensando en el choque con Cerro Porteño.





✱CINCO TÉCNICOS ARGENTINOS FUERON DESPEDIDOS EN LIGA 1

PARRILLA QUEMADA

Se van en mancha. Cinco técnicos argentinos fueron despedidos en los últimos días en la Liga 1: Guillermo Farré (Cristal), Fabián Bustos ('U'), Cristian Díaz (Cienciano), Jorge Vivaldo (Los Chankas) y Martín Cardetti (Comerciantes). En Andahuaylas regresa el también gaucho César Vivaldo, quien fue asistente en 2024 de Pablo Bossi y luego dirigió cinco partidos de manera interina. El otro DT despedido en lo que va del Apertura es el nacional Erick Torres (Binacional).

ras
n-
encias
que vol-
Lima. El
esguin-
tobillo
urísima
antero de
n Uga-
cionó.
e inmo-
mana
lado
en el
n Para-
ores, el

ia)
(22/4):
guay)
4/4):
guay)
a (23/4):

(22/4):
r)
): DIEGO
4):

EMPRESA EDITORA EL COMERCIO S.A. RUC 20143229816



DEFIENDE SU POLVO

Tras ganar el Masters 1000 de Montecarlo y recuperar el número 2 del ranking ATP, Carlos Alcaraz continúa sonriendo en tierra de polvo y se estrenó en el 'Conde Godó' de Barcelona venciendo a Ethan Quinn (6-2 y 7-6). Alcaraz, bicampeón de este torneo, chocará mañana en octavos con Laslo Djere.



MILEI MESSI

El presidente de Argentina, Javier Milei, dejó salir toda su pasión por Lionel Messi en una entrevista con el periodista Alejandro Fantino. "Soy un fanático enfermo de Messi, me importa tres carajos. Es un jugador superlativo, el mejor de todos los tiempos, es (Carlos) Gardel", dijo Milei.

Barcelona tuvo mal partido, perdió con Dortmund, pero avanzó a semifinales de Champions después de 6 años

APRETARON LOS CULÉS

Dortmund.- Tuvieron que pasar seis años para que Barcelona acceda a semifinales de la Champions, luego de la era Messi. Y después de 22 partidos, el portero Wojciech Szczęsny cortó su racha invicta con el cuadro culé y saboreó su primera derrota. Pero a pesar de perder 3-1 ante Borussia Dortmund, el 'Barza' sigue en camino a su sexta 'Orejona'. La goleada 4-0 en la ida le permitió seguir vivo.

Fue un mal partido del Barcelona donde la figura del encuentro fue el delantero Serhou Guirassy, quien hizo un triplete (11', 49' y 76') y se convirtió en el segundo jugador en esta Liga de Campeones en hacerle tres tantos al 'Barza', tras Vangelis Pavlidis en la derrota 5-4 del Benfica. Guirassy es el primer africano en anotar un hat-trick en cuartos del certamen, además superó a Lewandowski y Haaland como máximo goleador del Dortmund en una temporada de Champions y se marchó de la competición como máximo anotador (13 goles).

En Inglaterra, PSG, que había ganado 3-1 en la ida, debió aguantar al Aston Villa que remontó 3-2, pero no pudo igualar la llave y los parisinos clasificaron a 'semis' gracias a la gran actuación del portero Gianluigi Donnarumma.

Hoy será el turno del Real Madrid, que alista un 'infierno' en el Santiago Bernabéu para recibir al Arsenal, que lo goleó 3-0 en Londres (2:00 p.m./ESPN). Inter de Milán saldrá a asegurar su boleto ante Bayern, tras haber vencido 2-1 en Alemania (2:00 p.m./ESPN 2).



DATAZOS

BARCELONA Y PSG se embolsaron 15 millones de euros por clasificar a semifinales.

KYLIAN MBAPPÉ solo recibió un partido de castigo, tras su expulsión con Real Madrid ante Alavés.

"No podemos jugar así. Es el toque de atención que necesitábamos".

Robert Lewandowski, delantero del Barcelona

'CR7' SE QUEDA EN ARABIA POR 200 MILLONES AL AÑO

CUARENTÓN Y SIGUE FACTURANDO

Riad.- Cristiano Ronaldo (40) seguirá pegándole al balón y engrosando sus cuentas bancarias, al menos hasta los 42 años, tras conocerse que renovará su contrato con Al-Nassr que vence en junio. El nuevo vínculo de 'CR7' con el cuadro de Arabia Saudita será hasta 2027, luchará por llegar a los mil goles (lleva 933) y tendrá un ingreso de 200 millones de euros al año e incluso, si ambas partes acuerdan, habría otra temporada adicional. El portugués decidió quedarse, ya que su familia se acostumbró al lugar y tiene varias inversiones en la nación saudí.



SAMPAOLI DIRIGIRÍA A NEYMAR EN SANTOS

LO VOLVERÁ HOMBRECITO

Santos.- El relajado y el intenso. Neymar y el técnico Jorge Sampaoli podrían juntarse en el Santos, luego que el club brasileño despidiera a Pedro Caixinha y pusiera sus ojos en el argentino, que tuvo un buen paso por el 'Peixe' en 2019. El 'Hombrecito' se encuentra libre, tras dejar Rennes de Francia, y pidió 48 horas para decidir, pero ya le habría adelantado al cuadro paulista que no deben moverse del plantel Neymar, Yeferson Soteldo, Tiquinho Soares y Gabriel Brazao, a quienes considera imprescindibles en su proyecto.

Jefferson señaló que solo estuvo con ella **hasta agosto del 2024** y los problemas empiezan **cuando oficializa a Xiomy Kanashiro**

Farfán: Nunca tuve una relación con Darinka

La madre de su segunda hija llamaba **'culisueltas'** a las mujeres con las que **salía 'Foquita'**

Jefferson Farfán se defendió de las acusaciones que Darinka Ramírez, madre de su última hija, le hizo durante la entrevista que le concedió a Magaly Medina, al asegurar que tuvieron intimidad hasta diciembre del año pasado.

"Estoy cansado de que siempre me inventen cada cosa. Nunca tuve una relación con la señora, siempre he sido muy directo con ella, y jamás la ilusioné con que seríamos la familia feliz, ni le mentí. Yo la conocí el 26 de octubre del 2022 en la inauguración de la discoteca de mi casa y me enteré a los seis meses que estaba embarazada. Es mi versión con pruebas, con la señora, después de agosto del 2024, no tuve nada (intimidad), es una pachotada lo que dice", afirmó en 'América hoy'.

Farfán también aclaró sobre los quince mil soles que le habría dado a Xiomy Kanashiro, situación que Darinka descubrió y fue el motivo por el que habría terminado la relación cordial que tenían.

"Le presté a Xiomy ese dinero y me lo devolvió... Ella (Darinka) también me pidió prestados 18 mil soles y le dije que no me pague. Eso es aparte de los 9 mil soles que le paso (por su hija) y el departamento donde vive, ella lo eligió, trabaja en bienes raíces", indicó.

Según 'Foquita', el problema con Darinka empezó cuando se hace público que tenía una relación con Xiomy y agregó que sus abogados se encargarán del tema.

'CULISUELTAS'

En 'Amor y fuego', Rodrigo González presentó un chat entre Darinka y Jefferson.

"Disfruta si es tu deseo, uno tiene que hacer lo que quiere. Dari y Lu (ella y su hija) estamos para sacarte canitas verdes. Yo cierro capítulo, deseo que te vaya bien, el tema de las 'culisueltas' no se tocará más".

trome fiesta

Yahaira asada con 'Foquita'

Yahaira Plasencia afirmó que le sorprendieron las indirectas que Jefferson Farfán le hace en su canción 'La timba caliente'.

"Sí, me sorprendió, pues después de cinco años pase esto, porque en la letra hay un mensaje que dice 'sin mí no puedes superarte o no eres nada'. Yo me reí, porque en qué mundo viven, siempre he trabajado y ganado mi dinero, la gente lo sabe. Que hablen lo que quieran, no me voy a prestar para dimes y diretes", indicó en '+Espectáculos'.

Por canción 'La timba caliente', donde le manda mensajito

Federico tendrá su podcast

Federico Salazar contó que dentro de poco ingresará al mundo de los podcast junto a su compañera Verónica Linares.

"Muchos me han comentado que debería tener un podcast y dentro de poco ingresaré a ese mundo, lo haré de la mano de Verónica (Linares), que tiene mucha experiencia. Así que espero poder llegar a un público diferente y con un contenido distinto", manifestó Federico.

Por otro lado, señaló que está orgulloso del trabajo de Katia Condos en el cine. (E.C.)

Conducirá programa con Verónica Linares

Shirley involucrada en denuncia

Mujer contó que con su tarjeta de crédito se compraron pasajes para Arica y su familia

Un nuevo escándalo se relaciona con Shirley Arica, pues ha sido involucrada en una denuncia pública por una supuesta clonación de tarjetas.

El programa 'Amor y fuego' presentó a Sofía García, quien relató que el pasado 26 de marzo recibió una alerta del banco que le anunció había realizado la compra de tres pasajes a Punta Cana por un monto de mil dólares con su tarjeta de crédito. Horas después, recibió un correo de Latam con el mensaje: "Hola, Shirley, te enviamos tus tarjetas de embarque actualizadas".

"En dicho correo salían los nombres de Shirley Arica, su madre Astrid Valle y el de su hija. Mi tarjeta de crédito tenía desactivada la opción para compras por Internet, así que debió haber sido clonada. Hice la denuncia en la Policía. Desconozco cuál ha sido la relación de Shirley en esa compra, pero los pasajes fueron para ella y su familia", señaló.



Gianella chapará con Facundo Arana

Gianella Neyra señaló que el actor argentino Facundo Arana participa en la segunda entrega de la comedia 'Soltera, casada, viuda, divorciada', película que se estrena este jueves 17. "Mi personaje se encuentra sola y feliz tras haber quedado viuda, y en el viaje que realizamos a Chile encontrará a alguien especial. Convocamos a Facundo Arana, con quien hice la novela 'Yago, pasión morena' y aceptó de inmediato", dijo. (E.C.)

En película 'Soltera, casada, viuda, divorciada' que se estrena mañana

Ducelia revela que seleccionados le han tirado maicito



Pero no aceptó a ninguno y es **'amiga' de Farfán**

Ducelia Echevarría es la nueva invitada de 'Café con la Chévez' y contó que varios futbolistas le han 'tirado maicito', cómo fue su relación con Karla Tarazona en 'Préndete' y de su nuevo amor.

¿Du y a ti también te ha escrito Cueva?
No, gracias a Dios no.
Pero sí otros futbolistas...
Algunos sí...
¿De la selección?
Sí de la selección, pero no...
¿El 10 de la calle?
No, no. Nada que ver, con él no... Pero está enamorado, me dijeron que ya se había comprometido con la chica. Nosotros sí hablamos a veces por redes, por temas de chamba.
¿Con él?
Sí. Farfán es muy respetuoso, de hecho le voy a mandar mis chelas...
¿Nunca se han visto?
No. Sí hemos conversado, pero él nunca me ha tirado maicito. Otros sí.
Hablando de otro tema, con Kurt todo chévere en 'Préndete', ¿pero había cositas que no te dejaban brillar?
Yo siempre brillo con luz propia, a mí nadie me da la chispita para brillar. O sea siempre hay sus cositas en todo trabajo, siempre hay envidias, siempre hay una que está cizañando, pero una siempre tiene que saber y enfocarse.
No era con Karla la cosa, ¿o sí?
Este, prefiero dejarlo ahí, nada más... Cuando yo estuve en 'Préndete', me propusieron pasarme con Kurt a 'Todo se filtra'.
Te ha ido bien, volviste a tu tierra, estás enamorada, ¿volviste a caer?
Volví a caer.
Y la pregunta del millón, ¿es menor que tú?
¿Qué crees tú?
Que sí...
Pues sí, es menor, pero no tanto... y las otras veces fueron así de paso nomás...
¿No dejaron huella?
Para nada. El de ahora también es de Pozuzo, es ganadero y es superlindo, tiene 29 años, es tres años menor nada más.

Cuenta que cuando estuvo en ***'Préndete'*** alguien la ***'cizañaba'*** y hoy está ***muy enamorada***

Melissa muda por el 'Gato'



Melissa Paredes prefiere no opinar sobre el fin del romance entre Rodrigo Cuba y Ale Venturo, pues son maduros y toman sus decisiones, pero dijo que su relación con el 'Gato' es buena porque son padres responsables de una niña.

"No tengo nada que opinar sobre la vida de Rodrigo, no me compete. Ellos son dos personas adultas y maduras, y saben las decisiones que toman. Con Rodrigo tenemos una buena relación de padres, siempre nos van a ver juntos por nuestra hija y todo está bien", señaló Melissa.

Luego, añadió que su esposo Anthony Aranda no se pone celoso por la buena relación que lleva con el 'Gato' Cuba.

"Para nada, Anthony entiende que somos padres y que siempre vamos a buscar lo mejor para nuestra hija", indicó. (E.C.)

Prefiere no opinar sobre su separación con Ale Venturo



HOLA, MI BARRUNTO. Llego embaladita para contarles las últimas de Chollywood... **GIGI MITRE** llamó 'pipiléctico' a **JEFFERSON FARFÁN** y les recomendó a las chicas quererse, no caer en sus encantos y le pidió al exfutbolista que se proteja cuando tenga intimidad. Asuuu... **XIOMY KANASHIRO** dijo que no iba a hablar sobre el 'culebrón' de su 'Morchi' con **DARINKA**, porque 'hay una personita en el medio'. Lo justo... **GISELA VALCÁRCEL** llevó el regalo de su yerno, **JULIÁN ALEXANDER**, que cumplió el martes 40 años, en una bolsa que llevaba el logo de su revista 'Gisela' y su hija **ETHEL** la 'troleó' al hacerlo público en sus redes sociales. Noooo... **ROXANA MOLINA** anda entrenando a full con sus guantes de boxeo, pues el próximo 19 de junio se medirá con la argentina **MILY RANIERI** en el 'Combat celebrity'. Manya... **YAHAIRA PLASENCIA** dijo que no apareció en 'América hoy' porque 'Foquita' se enlazó con el programa, sino que fue porque tenía una entrevista pactada en Radio Panamericana. Hummm... **DANIELA CILLÓNIZ** dijo que la mayoría de los futbolistas echan maicito a las modelos. Asuu... Somos fuga porque mi amorcito quiere que le baile como la bichota... Suuuaaaveee.

Yolanda llama 'envidiosa' a Marisol

Porque criticó que Pamela Franco y Christian Cueva grabaran el tema **'Hasta el fin del mundo'** que ella hizo años atrás, pero que **'no le funcionó'**

Dice que tiene buenos temas y **que dé paso a las nuevas generaciones**

Yolanda Medina salió en defensa de Pamela Franco y Christian Cueva, luego que 'La Faraona', Marisol Ramírez, habló de la canción 'Hasta el fin del mundo' que la pareja acaba de lanzar. "Grabaron la misma canción que yo grabé, tal vez se equivocaron o no sabían", dijo Marisol al respecto.

Ante este comentario, la líder de Alma Bella dio su punto de vista. "Ese tema es un cover que con la señora Marisol no sonó ni tronó. Siempre que sale alguien con un tema que ella grabó primero es lo mismo, sino recuerda lo que pasó con Bryan Arámbulo. Ella tiene buenos temas, pero bueno, esto le suma a la polémica y se cuelga. Si ella lo hubiera hecho, bueno, la entendería. Déjemos que las nuevas generaciones hagan su trabajo, somos viejas para ridiculizarnos", precisó.

Además es un cover...

Obviamente, es un cover, ¿que pelee por eso? ¿No dice ella que canta puros inéditos?, saquen su cuenta nomás.

¿Qué le aconsejarías a Marisol?

Ella es una chica exitosa, no necesita estar peleando por un cover que no le funcionó a ella y a Pamela sí, no seamos envidiosas. (J. Lino)

Luigui arrocha a Dorita

Luigui Carbajal restó importancia al comentario que hizo Dorita Orbegoso, al señalar que no respeta a su esposa por no superar una relación que terminó hace quince años.

"Hablo (de ella) cuando me preguntan para no ser malcriado, porque a mí no me importa, no me suma hablar de esa persona y por respeto a mi esposa no hablo nada, diría otras cosas pero prefiero quedarme callado", afirmó. (J. Lino)

No le suma hablar de ella y respeta a su esposa

Pamela a Cueva: Que se ponga al día

Pamela López desmintió al abogado de su aún esposo Christian Cueva, quien aseguró que el futbolista se encuentra al día con sus pagos.

"Me indigna lo que dice ese abogado, es mentiroso, lo único que ha pagado es el colegio a inicios de año, la movilidad no está al día porque me están cobrando y lo voy a tener que asumir yo. Le suplico que se ponga al día", comentó López, que también indicó que Cueva no ha pagado el mantenimiento del departamento.

Cuenta que no ha pagado el colegio, la movilidad ni mantenimiento del departamento

Maryto: No he vuelto con Silvana



El salsero Maryto negó que haya retomado su romance con Silvana Plasencia, hermana menor de Yahaira, y que son solo amigos.

"No tengo ninguna relación con Silvana, solo somos amigos. Hace seis meses terminamos por mutuo acuerdo y ahora nos llevamos bien. Además, me llevo bien con su familia, siempre se han portado bien conmigo", comentó.

Además, dijo que no mantiene comunicación con Giuliana Rengifo, pero si la encuentra la saludaría sin problemas.

Afirma que solo son buenos amigos y tienen buena relación

familia bienestar

Tercera edad



La alimentación de los ancianos debe ser saludable. Su metabolismo es más lento y conviene comer con moderación para evitar la obesidad o reducirla si ya la tiene.

Plantas



Cuando adquieras hierbas medicinales secas, fíjate en las condiciones de higiene. En casa, guárdalas en frascos de vidrio o en bolsas de papel y lejos de lugares húmedos.

Evita automedicarte

La fiebre es síntoma de muchas enfermedades que solo el médico puede diagnosticar. Evita automedicarte porque podría ocultar las causas reales de la temperatura alta.



ES UNA FRUTA DELICIOSA, PERO TAMBIÉN MUY DELICADA

CONSEJOS PARA QUE LA PALTA DURE MÁS

POR: PAULA LLERENA

SABÍAS QUE...

La palta ayuda a mantener a raya el colesterol y la presión arterial, regula los niveles de azúcar en sangre y aumenta la absorción de nutrientes. Además, cuida la piel.

Puedes alargar su ***vida útil*** usando estos trucos

La popularidad de la palta no deja de crecer. Y no es de extrañar dado su alto contenido de nutrientes que ofrecen beneficios para la salud, indispensables para una vida sana.

Sin embargo, mantenerlas en buen estado es todo un reto, pues una vez abiertas se ponen negras y se deterioran al entrar en contacto con el aire.

Pero existen algunos trucos para conservarlas y comerlas en cualquier momento. Primero, no la dejes en la verdulera ni la metas a la refrigeradora sin conocer su proceso de maduración.

Si aún están duras, puedes envolverlas en una bolsa de papel para que maduren más rápido. También puedes colocar un plátano junto a ella, pues el etileno de este se desprenderá y afectará a la palta.

Ahora, si para tu receta solo necesitas la mitad, conserva la otra mitad con la pepa. Así dejas menos pulpa expuesta a la oxidación.

Guárdala en un recipiente o una bolsa con cierre hermético, o envuélvela en papel film (bien pegado, sin dejar aire dentro).

GOTITAS DE LIMÓN

Si ya la tienes trozada, échale unas gotas de limón y tapa bien el recipiente que la contiene. Otra alternativa es sumergir a la fruta con pepa en agua fría, pero que la piel quede hacia arriba, con lo que el aire no entrará en contacto con la pulpa, evitando así que se torne de color marrón.

Si la palta ya está madura y todavía no la vas a utilizar, guárdala en la refrigeradora, pero no la dejes allí más de cuatro días.

LA RECETA DE HOY

Por: Doña Marmita

Galletas M&M's



INGREDIENTES

- 1 taza de mantequilla
- 1 taza de azúcar rubia
- 3/4 taza de azúcar
- 2 huevos
- 1-1/2 cdta. de vainilla
- 2-2/3 tazas de harina
- 1-1/4 cdtas. de bicarbonato
- 1 cdta. de sal
- 2 tazas de M&M's de chocolate confitados

PREPARACIÓN

Batir la mantequilla y los azúcares. Incorporar los huevos y la vainilla. Aparte, batir la harina, el bicarbonato y la sal; incorporar esta mezcla gradualmente a la de mantequilla. Echar los M&M's. Formar bolitas, aplanar cada una (que tenga 3/4 de pulgada de grosor). Refrigerar toda la noche, separar las capas con papel vegetal. Para hornear, poner las porciones separadas en bandejas forradas con papel vegetal. Dejar reposar 30 minutos antes de hornear. Precalentar el horno a 200 °C y hornear de 12 a 14 minutos.

PADRES E HIJOS

Juliana Sequera
Psicóloga clínica T.P. 198493

EL SUEÑO Y LA SALUD MENTAL

El sueño y la salud mental están profundamente conectados. La falta de sueño no solo afecta nuestra energía y concentración, sino que también puede intensificar síntomas de ansiedad, depresión e irritabilidad. Por otro lado, los trastornos de salud mental, como la ansiedad y la depresión, pueden dificultar un sueño reparador, creando un ciclo negativo difícil de romper. Un descanso adecuado ayuda a regular las emociones, fortalecer la memoria y mejorar nuestra capacidad de afrontar el estrés. Para optimizar tu sueño, establece una rutina: ve a la cama y despiértate a la misma hora todos los días, incluso los fines de semana. Limita el consumo de cafeína y pantallas al menos una hora antes de dormir, ya que la luz azul afecta la producción de melatonina. Si el insomnio o la mala calidad del sueño persisten, consulta a un profesional para explorar causas subyacentes, como ansiedad o apnea del sueño. Dormir bien no es un lujo, sino una base esencial para una salud mental estable y un bienestar integral.

@julianasequera en Instagram



→LOURDES LAZO

'EXISTEN ANEMIAS QUE NO PRESENTAN SÍNTOMAS'

✖Un diagnóstico temprano y una alimentación adecuada son claves para combatir este mal silencioso en la infancia

La anemia en los niños no siempre da señales evidentes. Muchos pequeños pueden parecer sanos, pero en realidad enfrentan una deficiencia de hierro que afecta su energía, atención y defensas. Detectarla a tiempo es clave para evitar complicaciones. Sobre el tema hablamos con la magíster Lourdes Lazo, nutricionista del portal Salud en Casa.

¿La anemia siempre presenta síntomas?

Existen anemias asintomáticas. En los casos leves o moderados, el cuerpo se adapta y no muestra signos evidentes. Esto hace que el diagnóstico sea más complicado, porque los síntomas aparecen cuando la anemia está avanzada. El organismo es sabio y trata de compensar la deficiencia hasta donde puede.

Entonces, ¿cómo puede manifestarse si no da señales claras?

Si los niños comienzan a cansarse más de lo habitual, duermen demasiado o pierden concentración en clase, es motivo de atención. También se pueden presentar infecciones frecuentes, uñas o rostro pálido y, en algunos casos, comportamientos como la 'pica', que es el deseo de comer tierra.

¿Y cómo se confirma el diagnóstico?

A través de un hemograma completo. También se solicitan análisis como la ferritina sérica, que indica cómo se almacena el hierro.

Es importante la prevención...

Claro, por eso es fundamental el consumo de alimentos ricos en hierro: carnes rojas, vísceras, menestras, vegetales de hojas verdes como la espinaca o el brócoli. Además, se deben acompañar de vitamina C (presente en frutas cítricas, por ejemplo) porque mejora la absorción del hierro.

¿Qué hacer si el niño no quiere comer alimentos ricos en hierro?

Es común que a los niños no les gusten algunos alimentos. Por eso, es importante ofrecerles varias veces la misma comida en diferentes presentaciones, sin forzar.

El ejemplo familiar también influye...

Por supuesto, si los padres no comen vísceras como el hígado, el niño tampoco lo hará.

La idea es buscar propuestas novedosas.

Exacto, por ejemplo, pueden preparar postres como mazamorra o brownies con sangrecita, o batidos con espinaca. Lo ideal es fomentar un ambiente tranquilo, sin presiones ni castigos.

Si ya tiene anemia, ¿con qué frecuencia se deben incluir estos alimentos?

Las fuentes de hierro animal deben consumirse de una a dos veces por semana, mientras que las de origen vegetal pueden darse hasta cuatro veces. Las menestras son muy nutritivas y se pueden incluir varias veces a la semana.

POR: MARITZA LLANOS
AGRADECIMIENTO:
INSTAGRAM: @lulanutricionista

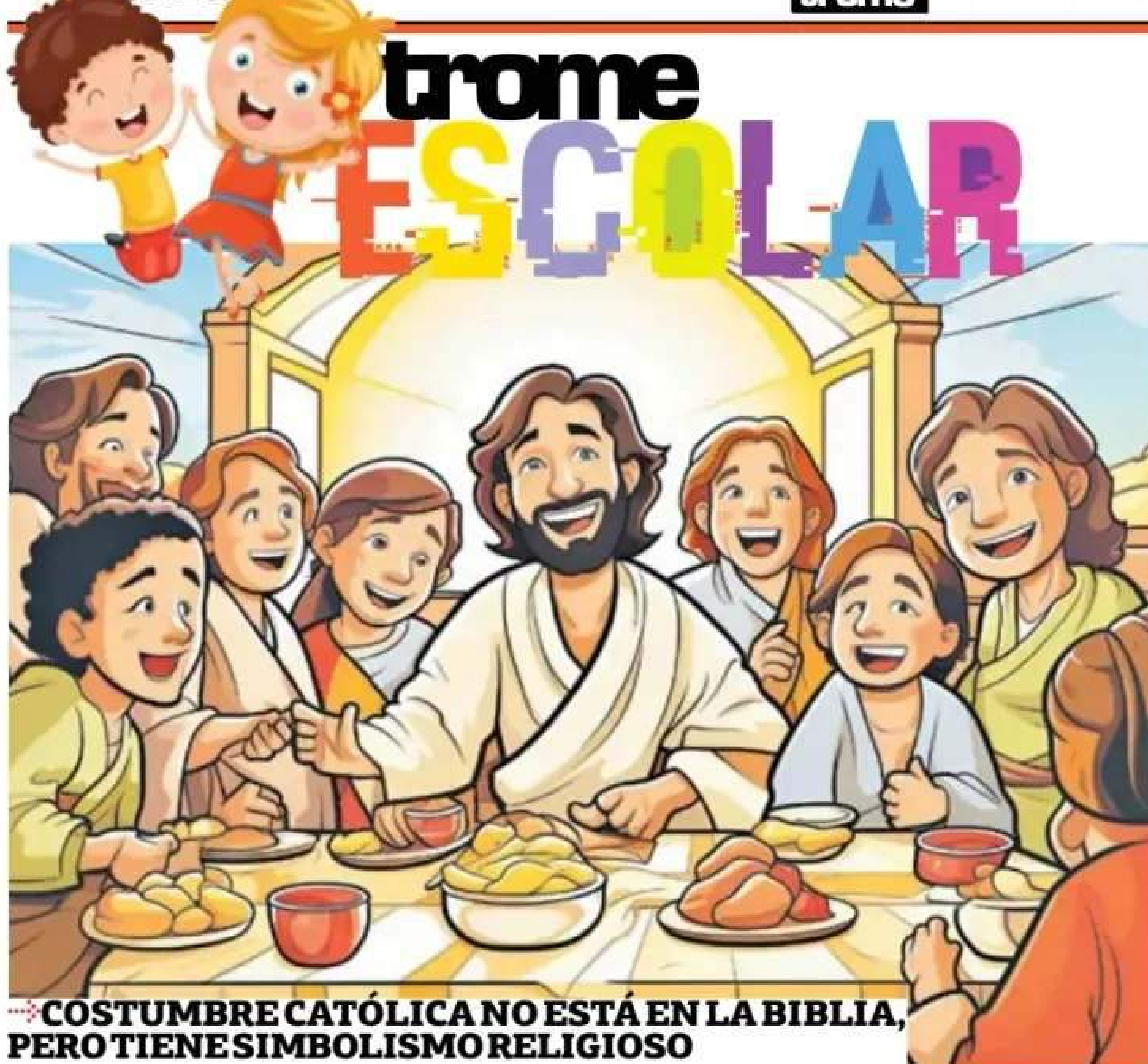
+datos

+Los padres deben estar atentos a los cambios sutiles en sus hijos y no esperar síntomas graves para actuar.

+Una alimentación variada, rica en hierro y bien combinada, junto a controles pediátricos, puede marcar la diferencia en la salud de un niño.

Lourdes Lazo, nutricionista del portal Salud en Casa.

trome ESCOLAR



COSTUMBRE CATÓLICA NO ESTÁ EN LA BIBLIA, PERO TIENE SIMBOLISMO RELIGIOSO

¿POR QUÉ NO SE COME CARNE EN SEMANA SANTA?

OPTAR POR EL PESCADO, SOBRE TODO EN VIERNES SANTO, ES OTRA TRADICIÓN

Aunque la Biblia no lo menciona, la tradición católica promueve que se guarde penitencia durante Semana Santa, sobre todo en Viernes Santo, día en que murió Jesucristo, y se aconseja no ingerir carnes rojas (de vacuno y ovino, sobre todo) para en su lugar comer pescado.

La abstinencia de carne en Semana Santa viene desde el siglo IV en conmemoración de la Pasión, la Muerte y la Resurrección de Jesucristo, porque como penitencia había que privarse de un alimento habitual para así unirse espiritualmente al sufrimiento del Mesías hasta su muerte en la cruz.

Eso se formalizó en el primer Código de Derecho Canónico, promulgado el 27 de mayo de 1917 por el papa Benedicto XV, en que se señala que: "Todos los viernes, a no ser que coincidan con una solemnidad, debe guardarse la abstinencia de carne, o de otro alimento que haya determinado la Conferencia Episcopal; ayuno y abstinencia se guardarán el miércoles de Ceniza (día de la tradición cristiana que marca el inicio de la Cuaresma -el 5 de marzo en este 2025-, periodo de cuarenta días reservado a la preparación de la Pascua de resurrección) y el Viernes Santo".

Hasta hace poco, en el Viernes Santo se consideraban prohibidas las fiestas, escuchar música alegre, salir de vacaciones y hasta que los niños jueguen frente a otros.

LA YAPA

En vez de carne roja, los católicos suelen comer pescado en Semana Santa (sobre todo en Viernes Santo) para honrar el sacrificio de Jesucristo y recordar que alimentó a multitudes de fieles con panes y pescados que se multiplicaron en un famoso milagro narrado seis veces en la Biblia. Además, el pez fue símbolo de los primeros cristianos porque la palabra griega ichthys (pez) era el acróstico de Iesous Christos Theou Hyos Soter (Jesucristo, el Hijo de Dios, es el Salvador).

EL PORQUÉ DE LAS COSAS

¿POR QUÉ LA ARENA DEL DESIERTO NO SE USA PARA CONSTRUIR? No todas las arenas son aptas para la construcción, no todas son mezclables con el cemento. La arena del desierto es producto de la acción del viento y está compuesta por granos de dimensiones casi siempre uniformes (de 0,1 a 1 milímetro). Esto se debe a que el viento solo es capaz de mover granos de esas dimensiones; lo cual no las hace aptas para construcción.



CÓMO SE ESCRIBE

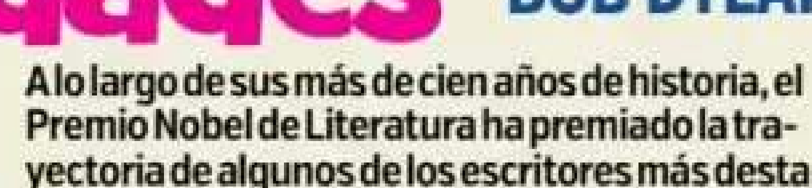
Consistencia

La consistencia puede vincularse a la estabilidad o solidez. Un material tiene consistencia cuando se muestra sólido o estable. Por ejemplo: Para darle mayor consistencia a la masa hay que agregarle harina. También puede emplearse con referencia a una solidez simbólica: El equipo jugó con mucha consistencia y no le dio oportunidades al rival.

NUESTRA SEÑORA DE LA MERCED

La Basílica y Convento Nuestra Señora de la Merced se encuentra en el centro de Lima, en el cruce del jirón de la Unión con jirón Santa Rosa (calle Jesús Nazareno). Su origen es colonial y su historia se remonta al siglo XVI, aunque posee diversos detalles donde se puede apreciar el estilo neoclásico. En el interior guarda retablos de diversos estilos, esculturas y pinturas consideradas joyas del arte virreinal.

curiosidades BOB DYLAN Y SU PREMIO NOBEL



A lo largo de sus más de cien años de historia, el Premio Nobel de Literatura ha premiado la trayectoria de algunos de los escritores más destacados del panorama literario. Entre los premiados, podemos encontrar a autores como Gabriel García Márquez y el recientemente fallecido Mario Vargas Llosa. En 2016, el galardón fue a dar a manos de Bob Dylan. La decisión generó polémica, entre aquellos que defendían al cantautor y los que creían que había escritores con más méritos que él para ganar el premio. La Academia defendió que Dylan merecía el premio por haber "creado una nueva expresión poética dentro de la gran tradición de la canción americana".



ENRICO ... (TENOR
ACEITE (ALEMÁN)
SODIO
HIJA DEL HIJO
INDIO
ERNESTO CARDENAL
FRUTO Y SEMILLA COMESTIBLE
RÍO DE CHILE
ADORADA
CASAMIENTO
PICO MÁS ALTO DE TURQUÍA
DELON (ACTOR DE CINE)
MAROMA O SIRGA
TRIPLICADA
GRITO FUERTE
NOMBRE DE PEZ
BOCA DE VOLCÁN
DESPRENDE DE UNA COMBUSTIÓN
ELEGIR, ESCOGER
OBSEQUIAR
EXPRESA TIEMPO
OSMIO
AÑADIDURA
BRAZO DE MOLINO
RÍO EN ITALIA
3.1416
SIGNO ZODIACAL
VECINAS
ESTUARIO, FIORDO
VIDEOJUEGO
CAMPEÓN
FERROCARRIL
ROEDOR DE CLOACA
ROTURAS LA TIERRA
DISTRITO DE LIMA
EMANA
PERSONA INSIGNIFICANTE
"EL CANTAR DEL MÍO ..."
NOMBRE MASCULINO
SODIO
TRUCHA DE MAR
CALAVERA GARBANCERA
SUFIJO AUMENTATIVO
ALTAR
OBRAS DE PÍNDARO
VEHÍCULO
TERCETO
EN ESE LUGAR
NOTA MUS.
BAILE ANDALUZ
DIOS DE LA GUERRA
POCO TUPIDA
RÍO DE EUROPA
ASTATO
CARRO DE PASAJEROS
REGISTRO INDUSTRIAL
EL YO PERSONAL
BROMA, MOFA
DECRETO DE UN SULTÁN
RECURRE AL JUEZ
SÍ EN QUECHUA
IDÉNTICO, IGUAL
CONSONANTE
ANTES DO
INSÍPIDA
EMPRENDER ALGO CON AUDACIA
ESCUCHAR
AQUELLO

TU HORÓSCOPO


21.3 | 19.4

ARIES. Eres una persona inteligente, que sabe lo que busca en la vida. Todo caerá por su propio peso.


20.4 | 20.5

TAURO. Es necesario que seas coherente con las cosas que haces. Renueva tu imagen y muestra una actitud positiva.


21.5 | 20.6

GÉMINIS. Mira el lado bueno de las cosas, también es importante que seas discreto. Habla con calma.


21.6 | 22.7

CÁNCER. No tengas temor a expresar lo que sientes, eso te hará bien. Cultiva hábitos saludables.


23.7 | 20.8

LEO. La fuerza de tu espíritu te permite alcanzar lo que deseas. El futuro depende de ti, no lo olvides.


23.8 | 22.9

VIRGO. Deja de lado las actitudes pesimistas y demuestra lo que vales. Alguien cercano te ve con cariño.


23.9 | 22.10

LIBRA. Gratas noticias en el ambiente familiar, es hora de hablar sinceramente con esa persona. Será un buen día.


23.10 | 21.11

ESCORPIO. Estarás rodeado de gente agradable, muestra lo mejor de ti. Bebe más líquidos y recupera energías.


22.11 | 21.12

SAGITARIO. Atrévete a cambiar lo que no te gusta. Deja de pensar en el qué dirán y en el trabajo recibirás sorpresas.


22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. Esa persona exagera las cosas y puede involucrarte en asuntos complicados. Recibirás algo inesperado.


20.1 | 18.2

ACUARIO. Aleja de tu hogar los problemas del trabajo, toma aire y piensa bien. Expresa lo que sientes.


19.2 | 20.3

PISCIS. Una gran idea ronda por tu cabeza. Es hora de hacer una pausa y replantear lo que no funciona.

PURAS letras

FRASES CÉLEBRES DE MARIO VARGAS LLOSA (1)



TE AMO

MI PAREJA SE EMBARAZÓ DE OTRO

Cartas: Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.
Mail: doctoracarmen01@trome.com



DANIEL (33).- Hola, doctora Carmen, todos los días leo con mucha atención su columna. Hoy me atrevo a contarle mi historia. Cada noche lloro por mi expareja, ella se fue con otro hombre, me dejó sin importarle mis sentimientos, no me valoró. Y eso que yo le di muchas oportunidades, le daba todo lo que me pedía, pero salió embarazada de otro. Esto me causó depresión, que ahora intento superar. A través de su columna espero encontrar a una mujer madura y honesta para iniciar una amistad. Y si el destino juega a nuestro favor, ser algo más. Mi número es: **992-241-197.**

DOCTORA CARMEN

Mira, hijito:
No fue tu culpa que ella eligiera otro camino. Llora lo necesario, pero no te estanques en el dolor. Rodéate de amigos, retoma actividades que disfrutes y, si puedes, busca ayuda profesional. Una relación sana empieza cuando uno está bien consigo mismo. **Suerte.**

TROME sudoku

363

	8			5	4	3	2	9
		9	2			1		
4		3	8	1	9	6		
		8		6	2	9	1	4
					3		5	7
5	9	1	4		8	2	6	3
6			9		1	5		2
9			3		7			
	3	2	6		5		9	

TROME SERIES

DISNEY+

GOOD AMERICAN FAMILY



TEMPORADAS: 2
CAPÍTULOS: 212

Está inspirada en las historias que rodean a una pareja del Medio Oeste norteamericano que adopta a una niña con una rara forma de enanismo. Sin embargo, a medida que la crían junto a sus hijos biológicos, surge un enigma en torno a su edad y su pasado, y comienzan a sospechar que tal vez no sea quien dice ser.

SOLUCIÓN GRAMA



¡GRAN ESTRENO!

MODELO SE CONFIESA

SELECCIONADOS ‘TIRABAN MAICITO’ A DUCELIA



/tromepe
/tromepe
/tromepe
/tromeoficial

CONDUCE: CARLA CHÉVEZ

RECORDANDO A VARGAS LLOSA



Este Búho caminaba hace unos meses con sus **‘cachorros’** por el hermoso **Parque de la Amistad** en **Surco** cuando nos topamos con una exposición fotográfica de **Baldomero Pestana,** el gran fotógrafo español que radicó en **Perú** e inmortalizó con su cámara a diversas personalidades del mundo cultural. Mientras paseábamos por las salas de exposición, nos encontramos con sus retratos icónicos de **Julio Ramón Ribeyro, Alfredo Bryce Echenique, Blanca Varela, José María Arguedas, Martín Adán** y, por supuesto, **Mario Vargas Llosa.** Esa era una foto especial, en blanco y negro, en la que el entonces joven escritor expresaba con la mirada ese carácter firme e inquebrantable que lo caracterizó. Con un peinado perfecto y un traje elegante a su medida, la imagen era fuerte e imponente. La foto fue tomada quizá en los 60 o 70, cuando el escritor ya había alcanzado el reconocimiento mundial por su narrativa. Estaba ahí parado frente a **Vargas Llosa** cuando el mayor de mis hijos, de 9 años, me jaló la camisa y preguntó: **“Papi, ¿y ese señor quién es?”.**
Resumir la inmensidad de Vargas Llosa es imposible hasta para sus propios biógrafos, pero evidentemente, se trata del peruano más universal que haya podido dar esta patria. Fue un escritor prolijo que perteneció a ese fenómeno que cambió el rumbo de la literatura en el mundo: **el ‘Boom latinoamericano’,** junto a **Gabriel García Márquez, Carlos Fuentes, Julio Cortázar,** por mencionar algunos. Sus libros definieron la identidad peruana y fueron una cartografía de nuestra enclenque y turbia política. Podría citar uno entre tantos, **‘Conversación en La Catedral’,** en el que su mirada aguda desmenuza la podrida dictadura de **Odría.** En ella revela los abusos, la corrupción y la tiranía de un régimen que gobernó el país durante ocho años. Pero no solo eso, sino la doble moral de una sociedad conservadora, que detrás de ese manto impoluto escondía una cara sórdida y pervertida. El libro fue publicado en el 69, pero realmente aquellas taras de entonces persisten hasta la actualidad. Con gobiernos que se suceden uno peor que el anterior. Es en aquel libro donde el personaje central, **Zavalita,** se pregunta aquello que se ha vuelto canon hasta hoy: **¿En qué momento se jodió el Perú?** Además, demuestra esa capacidad creativa de Vargas Llosa para construir un libro tan exquisito en su arquitectura, con saltos temporales y de perspectiva y que mezcla el monólogo interior con el diálogo.
Pero Vargas Llosa no solo fue un intelectual incansable. También fue un político activo. Abrazó el comunismo en su juventud, hasta darse de cara con ella, cuando descubrió que era una ideología política opresora y abusiva. Apoyó el régimen castrista, pero pronto se desilusionó. Desde entonces y hasta el día de su muerte se declaró liberalista, y desde esa posición denunció las dictaduras en todos sus colores. No le importó ir contra la corriente si se trataba de defender la libertad humana a cualquier costo. Por eso apoyó a **Keiko Fujimori,** a pesar de haber sido un acérrimo crítico del sátrapa **Alberto Fujimori,** y rechazó la candidatura del remedo de dictador **Pedro Castillo.** Nunca se alejó de sus convicciones y eso le trajo duras críticas en el Perú. Sus odiadores pusieron por encima sus posiciones ideológicas, antes que su grandeza intelectual. Es el único peruano en recibir el **Premio Nobel.** Ocurrió en 2010, cuando la **Academia Sueca** le confirió esta distinción por su legado y aporte literario. Recuerdo aquel día como uno de los días más felices de mi vida. Una sensación que compartí con millones de compatriotas. Se podría comparar aquella algarabía como la vez que la selección clasificó al Mundial de fútbol. Las portadas de todos los diarios nacionales y extranjeros habían sido ilustradas con su rostro. Quince años después, esas mismas fotos vuelven a las primeras planas, pero esta vez anunciando su muerte. Con su fallecimiento se cierra una época dorada para la literatura mundial, forjada y nutrida por un grupo de genios latinoamericanos. Pero también se va con él una mente brillante y lúcida, que analizaba y desmenuzaba la sociedad con una mirada audaz y certera. Sus lectores, los que disfrutamos con cada libro suyo, quedamos huérfanos, pero con la certeza de que el escritor se prolongará en sus libros durante siglos. Con muchísima razón, **Javier Cercas** dijo: **“Tardará mucho tiempo en nacer, si es que nace, un escritor tan grande como Vargas Llosa”.** Volviendo a la pregunta de mi hijo, frente a la fotografía del Nobel y su curiosidad por saber quién era ese personaje que yo observaba con tanto detenimiento, solo atiné a responder: **“El hombre más grande que haya parido este país”.** Apago el televisor. *